

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ-(2019/2020-12)

DÜNYA ZATÜRRE GÜNÜ (12 KASIM)

Zatürre nedir? Nasıl oluşur?

Zatürre tek veya her iki akciğerin hava keselerinin iltihaplanmasıdır. İltihaplanmaya bağlı hava keselerinin pus ve sıvı ile dolması öksürük, ateş, titreme, nefes darlığı gibi şikayetlere yol açabilmektedir. Zatürreye virüs, bakteri, mantar gibi mikroorganizmalar neden olmaktadır. En sık görülen, en ciddi olan ve tıbbi destek gerektiren formu bakterilere bağlı gelişen zatürredir. Şikayetler bir anda veya aşamalı olarak ortaya çıkabilmektedir.¹

Risk faktörleri nelerdir?

Zatürrenin şiddeti hangi etkenin sebep olduğuna, yaşa, genel sağlık durumuna göre değişkenlik gösterir. Zatürre beş yaş altı çocuklarda, altmış beş yaş üstü erişkinlerde, kalp yetmezliği, şeker hastalığı (diyabet), kronik obstruktif akciğer hastalığı (KOAH) gibi özel durumu olan bireylerde veya HIV/AIDS sebepli bağışıklık sistemi zayıflamış, kemoterapi almış, organ veya kemik iliği nakli olmuş bireylerde daha ciddi ve ölümcül seyretmeye meyillidir.² Özellikle yemek pişirme veya ısınma amacıyla biyokütle yakıtların kullanımı sonucu oluşan ev içi hava kirliliği, sigara içilmesi, kalabalık evler çocuklar için risk oluşturmaktadır.³ Zatürrenin önlenmesinde risk grubundaki bireylerin aşılınması, yeterli beslenme, yeterli anne sütü alımı, ev içi hava kalitesinin kontrolü ve hijyen kurallarına uyulması gerekmektedir.^{2,3}

Toplumda yaygın bir sorun mudur?

EVET. Zatürre, İngiltere ve Amerika Birleşik Devletleri'nde ölüm nedenleri arasında altıncı sırayı; enfeksiyonlara bağlı ölümler arasında ise birinci sırayı almaktadır. Ülkemizde alt solunum yolu enfeksiyonları, ölüm nedenleri arasında %4,2 ile beşinci sırada yer almaktadır.⁴ Beş yaş altı çocuklarda ve yaşlılarda ise tüm dünyada en büyük ölüm sebebidir. Her yıl 800 binden fazla çocuk zatürre sebebiyle yaşamını yitirirken, her geçen dakika iki çocuk bu sebeple yaşamdan kopmaktadır. Ölümlerin neredeyse hepsi aşıya ve tedaviye erişimi kısıtlı olan düşük ve orta gelirli ülkelerde meydana gelmektedir.^{5,6,7} Günümüzde halen ihmal edilen hastalıklardan birisi konumundadır ve rakamlar, Her Nefes Sayılır Koalisyonu (Every Breath Counts) tarafınca vurgulanan önlenebilir çocuk ölümlerini sonlandırma 2030 hedefini gerçekleştirme yolunda oldukça yavaş azalmaktadır.

¹ [Internet] <https://www.lung.org/lung-health-and-diseases/lung-disease-lookup/pneumonia/symptoms-and-diagnosis.html> Erişim: 11.11.2019.

² [Internet] <https://www.nhlbi.nih.gov/health-topics/pneumonia> Erişim: 11.11.2019.

³ [Internet] <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/pneumonia> Erişim: 11.11.2019.

⁴ [Internet] <https://www.toraks.org.tr/halk/Page.aspx?d=13> Erişim: 11.11.2019.

⁵ [Internet] <https://www.thoracic.org/patients/patient-resources/resources/top-pneumonia-facts.pdf> Erişim: 11.11.2019.

⁶ [Internet] <https://goldcopd.org/wp-content/uploads/2019/10/World-Pneumonia-Day-2019-Factsheet.pdf> Erişim: 11.11.2019.

HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI TOPLUM İÇİN BİLGİLENDİRME DİZİSİ-(2019/2020-12)

Dünya zatürre günü neden belirlenmiştir?

Beş yaş altı ölümlerin en önemli nedeni olan zatürreyi önlemek amacıyla, 2009 yılında birçok doktor, akademisyen, Birleşmiş Milletler yetkilileri ve iş adamları bir araya gelerek **12 Kasımı “Dünya Zatürre Günü”** olarak belirlemişlerdir.^{7,8} Kasım ayında ilk “Dünya Zatürre Günü” başlatıldığında o yıllarda her yıl 1,2 milyon çocuk zatürre sebebiyle ölmekteydi.⁷

Bu yıl (2019) “Dünya Zatürre Günü”nün 10. yıl dönümüdür. Bugün ile beş yaş altı en önemli ölüm sebebi olan zatürreye dikkat çekmek, zatürrenin önlenmesi ve tedavisini desteklemek amaçlanmaktadır.⁸

Zatürrenin önlenmesi için alınabilecek bazı önlemler nelerdir?⁹

- ✓ Aşı olma
- ✓ Tütün kullanmayı bırakma ve pasif içiciliği önleme
- ✓ Yemek yemeden önce, tuvaletten sonra, dışarıdan içeriye girildiği zaman, vb. gerekli durumlarda elleri sabunla ve akan suyun altında yıkama
- ✓ Hasta bireylerle hastalık süresince temastan kaçınma
- ✓ Sağlıklı beslenme, fizik egzersiz yapma, alkol kullanmama gibi diğer sağlıklı yaşam davranışlarını benimseme
- ✓ Eşlik eden sağlık sorunları için gerekli tedaviyi aksatmama

⁷ [Internet] <https://stopppneumonia.org/every-breath-counts/> Erişim: 11.11.2019.

⁸ [Internet] <https://www.who.int/life-course/news/events/world-pneumonia-day-2018/en/> Erişim: 11.11.2019.

⁹ [Internet] <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/4471-pneumonia/prevention> Erişim: 11.11.2019.